



COVID-19预防措施

自己动手做布口罩

布面罩是预防传染病传播的有效方法。用布面罩遮住已感染或疑似感染者的口鼻，可以接住其咳嗽或打喷嚏时喷出的颗粒物。若在适当场合使用，正确佩戴并安全处理的情况下，布面罩可为佩戴者提供最佳保护。戴布面罩可以降低风险，但不能提供全面的保护。还应遵循其他降低风险的措施，例如社交距离，洗手和使用干洗手液，并避免触摸眼睛，嘴和鼻子。

布口罩设计

- 可用于自制布面罩的设计和材料有多种选项。最佳设计方案为：容易制作、能够紧密地贴合于佩戴者口鼻上、配有松紧带将面罩固定于头部并可反复洗涤和干燥。
- 布面罩的织物表面必须满足两个看似矛盾的条件。既要在佩戴者咳嗽或打喷嚏时有效限制病毒颗粒物的活动，又要让佩戴者容易呼吸。
- 理想的布面罩应由多层织物制成，或缝有一个可更换过滤物的布袋。
 - 家用空气净化器的滤芯经剪裁可用于布口罩，但请勿使用玻璃纤维制成的过滤物。家装物品商店也可以买到过滤物。

选择面料

- 研究表明，紧密编织的棉质织物，如高密度枕套，或紧身针织物，如棉质T恤，是用于自制面罩的最佳织物。
- 应采用未使用过的织物，并在使用前洗干净。

布面罩维护

- 布面罩在使用时会聚集湿气，因此最好每天都有几个布面罩备用。
- **使用口罩和布面罩时，应假定其已沾染COVID-19病毒。**
 - 取下面罩时，不要触摸内部，并立即将其放置于待洗衣物或塑料袋中，直到可以正确清洁为止。
- 处理完使用过的面罩后，请立即洗手。如果不方便洗手，请使用干洗手液搓手。如果可能的话，在取下面罩后洗脸。
- 在最高水温设置下清洗面罩，并在下一次使用前彻底烘干。
 - 遵循CDC相关指南，网址为 go.ncsu.edu/cdclaundry
- 清洗比单独加热更有效，因此不要在微波炉或常规烤箱中加热面罩。

基本要素



捐赠用布面罩缝制

- 缝纫人员必须遵循布面罩需求机构的缝制步骤。
- 缝制前，请遵循CDC关于清洗织物的指导。织物不应用其他衣物一起清洗。
- 缝纫人员应身体健康，没有任何疾病症状。处理布面罩时要保持卫生。
- 仔细将布面罩包装于塑料袋中。布面罩只能有由未患病且未接触呈现COVID-19症状的人经手。

非缝制的布面罩可以由剪裁T恤或折叠头巾制成。有关非缝制和缝制版本的具体步骤说明，请访问 go.ncsu.edu/cdcfacecoverings 或在此处扫描。

